

불완전감과 강박행동의 관계에서 체험회피의 매개효과

유 성 진[†]

한양사이버대학교 상담심리학과

강박장애의 2차원 모형에 따르면, 강박행동을 유발하는 취약성은 위험회피 차원과 불안전감 차원으로 구분된다. 위험을 회피하려고 반복하는 강박행동과 불안전감을 해소하려고 몰두하는 강박행동이 다르다는 것이다. 불안전감은 어떤 행위를 했을 때 만족스럽지 않은 불충분한 느낌 혹은 기대에 부합하지 않는 미흡한 느낌을 의미한다. 불안전감에 과민한 사람은 완전하지 못하다는 찝찝함과 깔끔하지 못하다는 찝찝함을 해소하려고 시도하는데, 이러한 체험회피는 역설적으로 강박행동의 출현과 지속에 기여할 수 있다. 본 연구에서는 불안전감이 강박행동으로 발현되는 과정을 체험회피가 부분적으로 매개한다는 가설을 설정한 뒤, 102명의 대학생에게서 4주 간격으로 수집한 단기-중단적 자료를 구조방정식 모형으로 분석하였다. 분석 결과, 불안전감이 체험회피의 매개를 통해서 강박행동에 영향을 미치는 간접경로 및 불안전감이 강박행동에 곧바로 영향을 미치는 직접경로를 모두 포함하는 부분매개모형의 적합도가 우수하였다. 이에 비해, 불안전감이 체험회피의 매개를 통해서 강박행동에 영향을 미치는 간접경로만 포함하는 완전매개모형의 적합도 및 불안전감이 체험회피와 강박행동의 원인이고 체험회피와 강박행동은 서로 무관하다고 가정한 공동원인모형의 적합도는 미흡하였다. 따라서 불안전감과 강박행동의 관계를 체험회피가 부분적으로 매개한다는 가설이 지지되었다. 이를 근거로 강박행동의 원인과 치료에 관한 이론적 및 실제적 시사점을 논의하였고, 본 연구의 제한점을 기술하였다.

주요어 : 불안전감, 체험회피, 강박행동, 강박장애

[†] 교신저자(Corresponding Author) : 유성진 / 한양사이버대학교 상담심리학과 / (04763) 서울시 성동구 행당동 왕십리로 220 / E-mail : 1110005@hycu.ac.kr

강박장애의 이해와 치료에 기여한 Salkovskis (1985, 1996, 1999)와 Rachman(1993, 1997, 1998)의 인지모형에 따르면, 자아이질적인 침투적 사고에 대한 자이동질적인 자동적 사고가 강박장애를 유발한다. 그런데, 강박장애의 인지모형은 강박사고 및 확인과 오염에 관련된 강박행동의 설명에 상대적으로 용이하고(Rachman, 2002), 정렬과 대칭에 관련된 강박행동의 이해에 상대적으로 미흡하다(Pitman, 1987). 강박장애를 겪고 있는 사람은 불안감뿐만 아니라 죄책감, 수치심, 혐오감, 분노감과 같은 다양한 부정적 정서를 경험하며(Oldham, Hollander, & Skodol, 1996), 강박장애의 하위유형에 따라서 공존하는 정신병리의 양상도 상이하다(Calamari, Wiegartz, & Janeck, 1999; Calamari, Wiegartz, Riemann, Cohen, Greer, Jacobi, Jahn, & Carmin, 2004). 강박장애의 하위유형을 세분한 Rasmussen과 Eisen(1992)에 따르면, 강박장애는 위험수준을 과도하게 추정하는 유형, 병적으로 의심하는 유형, 불완전감에 집착하는 유형으로 구분된다. 이 중에서 불완전감에 집착하는 하위유형은 강박장애와 함께 틱장애 및 뚜렛장애를 동반하는 경향이 있고, 신체적 감각 및 내적 긴장감을 더 많이 경험한다고 보고하였다(Leckman, Walker, Goodman, Pauls, & Cohen, 1994). Calamari 등(1999)은 군집분석을 실시하여 부정적인 결과를 미연에 방지하기 위해서 확실성을 추구하는 집단과 마음에 흡족한 느낌을 추구하기 위해서 확실성을 추구하는 집단을 변별하였다. 즉, 확실성을 추구하는 현상은 동일하지만 그 이면의 원인은 상이하다고 제안하였다. 또한 강박장애 환자를 대상으로 실시한 요인분석 연구(Baer, 1994)에서 각각 위험회피와 불완전감을 핵심특징으로 하는 독립적인 하위유형이 확인되었다. 이러한 결과는

단일한 차원으로는 강박장애를 충분히 설명할 수 없음을 시사한다.

이를 지적하는 강박장애의 2차원 모형(Summerfeldt, 2004)에 따르면, 강박행동을 반복하는 동기는 위험회피 차원과 불완전감 차원으로 구분된다. 위험을 회피하거나 예방하려고 반복하는 강박행동과 불완전감을 해소하려고 몰두하는 강박행동이 서로 다르다는 것이다. 실제로, DSM-5(APA, 2013, p. 239)에 묘사된 강박장애 진단기준의 부수적 특징에 의하면, “어떤 사람은 강박행동을 수행하는 동안에 그것이 올바르게 보이고, 느껴지고, 들릴 때까지 ‘불완전감’이나 불편감으로 인해 고통을 받는다.” 위험회피(harm avoidance) 차원이 주된 동기인 사람은 강박사고가 강박행동에 선행하고(Summerfeldt, Kloosterman, Antony, Richter, & Swinson, 2004), 발병연령이 상대적으로 늦다(Rasmussen & Eisen, 1992). 또한 위험회피 차원은 다양한 성격특질과 관련이 있고(Summerfeldt, Huta, & Swinson, 1998), 전형적인 불안장애와 공병하고(Summerfeldt, Richter, Antony, & Swinson, 1999), 전통적인 인지치료에 더 적합하다(Tolin, Kiehl, Worhunsky, Book, & Maltby, 2009). 이에 비해, 불완전감(incompleteness) 차원이 주된 동기인 사람은 대칭행동, 정렬행동, 수집행동, 저장행동, 반복행동과 같은 강박행동을 보고하고(Summerfeldt et al., 2004), 발병연령이 상대적으로 빠르다(Rasmussen & Eisen, 1992). 또한 불완전감 차원은 강박성 성격특질과 관련이 있고(Summerfeldt et al., 1998), 틱장애와 뚜렛장애 및 저장장애와 같은 비전형적인 불안장애와 공병하고(Summerfeldt et al., 1999), 습관화를 비롯한 노출치료 및 수정된 형태의 인지치료에 더 적합하다(Summerfeldt, 2004, 2007; Tolin, Frost, & Steketee, 2014).

이런 맥락에서, DSM-5(APA, 2013)에 신설된 ‘강박 및 관련장애’ 범주는 Summerfeldt(2004)의 2차원 모형을 부분적으로 채택하고 있는 것으로 평가된다. 이 범주에 포함된 강박장애, 신체변형장애, 발모장애, 박피장애, 저장장애는 임상양상, 공존병리, 진행경과, 치료반응, 신경기제 등이 유사하여 일련의 ‘강박스펙트럼(obsessive-compulsive spectrum)’으로 이해된다(유성진, 2016; Hollander, 1993; Koran, 1999). 강박스펙트럼은 좌측 극단의 강박성향부터 우측 극단의 충동성향까지 연속되는데, 중간 지점의 혼합성향에 해당하는 대표적인 심리장애가 저장장애와 뚜렛장애이다. 그런데, 저장장애와 뚜렛장애는 위협회피 차원 및 불안전감 차원 모두와 밀접한 관련이 있다는 결과가 여러 선행연구에서 보고되었다(Frost & Steketee, 1998, 2002, 2010; Frost, Steketee, & Tolin, 2012; Leckman et al., 1994; Miguel et al., 2000; Pitman, 1987). 따라서 강박장애의 2차원 모형을 감안하면 주로 위협회피 차원과 관련된 강박행동 및 주로 불안전감 차원과 관련된 강박행동을 구분하는 데 유용할 뿐만 아니라, 강박스펙트럼에 포함되는 다양한 심리장애를 이해하고 치료하는 데 시사점을 제공할 것으로 사료된다. 하지만, 위협회피 차원과 불안전감 차원을 동일한 수준의 취약성으로 간주하기는 어렵다는 주장도 제기된 바 있다(Szechtman & Woody, 2004). 강박행동을 반복하는 동기의 측면에서 두 차원의 차별성은 확인되지만, 위협회피 차원은 기질적 취약성으로 간주되어야 하고 불안전감 차원은 정서적 취약성으로 고려되어야 한다는 것이다. 기질적 요인이 정서적 요인보다 선행한다고 가정하는 것이 타당하므로, 두 차원의 상호관계에 대해서는 추가적인 연구가 필요한 상황이다. 또한 위협회피

차원에 비해 불안전감 차원에 관한 경험적 연구는 상대적으로 부족하다. 국내의 경우, 이은호(2005)가 불안전감과 관련이 있는 성격요인을 탐색하였고, 박태홍(2015)이 저장장애의 두 가지 유형을 변별하면서 불안전감 차원을 고려한 바 있다. 이러한 점을 감안하여, 본 연구에서는 불안전감 차원과 강박행동의 관계에 주목하였다.

불안전감은 어떤 행위를 했을 때 만족스럽지 않은 불충분한 느낌 혹은 기대에 부합하지 않는 미흡한 느낌을 의미한다(Pitman, 1987; Summerfeldt, 2004). 불안전감은 이른바 ‘마음에 쏙 드는’ 경험과 반대되는 ‘마음에 쏙 들지 않는(Not Just Right Experience: NJRE)’ 상태를 반영한다. 선행연구에서, 불안전감은 강박증상 및 완벽주의와 유의미한 상관을 보였고, 다른 정신병리(우울장애, 범불안장애, 사회불안장애)보다 강박장애와 더 강력한 상관이 있었다(Coles, Frost, Heimberg, & Rhéaume, 2003). Pitman (1987)은 두뇌의 전방대상피질에서 무언가 잘못되었다는 오류신호와 실수를 범했다는 위협신호가 송출되는데, 오류신호에 과민한 사람은 완벽하지 못한 상태를 견디기 힘든 불안전감 때문에 그리고 위협신호에 과민한 사람은 실수하는 것이 두려운 불안감 때문에 강박행동에 돌입한다고 제안하면서, 강박행동과 관련된 신경학적 기제를 상술하였다(Schwartz, 1996, 1999; Tolin et al., 2009). 아울러, 강박행동을 중단하려면 충분하다는 느낌 혹은 흡족하다는 느낌을 경험해야 하는데, 강박장애 환자는 찝찝함과 찝찝함으로 대변되는 불안전감 때문에 강박행동을 중단하지 못한다고 설명하였다(Szechtman & Woody, 2004). 강박장애와 틱장애를 공병하는 환자를 대상으로 ‘마음에 쏙 드는’ 경험에 대한 소망을 조사한 Leckman 등

(1994)에 따르면, 92%의 환자가 유병중에 이러한 소망을 품었다고 보고하였고, 73%의 환자는 1주일 이내에 이러한 소망을 품었다고 보고하였다. 특히, 이러한 소망은 강박장애만 지니고 있는 환자보다 강박장애와 틱장애를 공병하는 환자에게서 더 빈번하게 관찰되었다. Miguel 등(2000)은 강박장애와 뚜렛장애를 공병하는 환자, 강박장애 환자, 뚜렛장애 환자를 대상으로 불안전감을 조사했는데, 강박장애와 뚜렛장애를 공병하는 환자가 불안전감을 더 현저하게 호소하였다.

그런데, 위험회피와 불안전감을 동시에 측정하는 강박특질 핵심차원 질문지(Obsessive-Compulsive Trait Core Dimension Questionnaire: OC-TCDQ)를 국내에 소개한 이은호(2005)에 따르면, 불안전감 차원과 위험회피 차원은 세부적인 강박증상과 서로 다른 상관관계를 지니고 있었다. 구체적으로, 강박증상을 측정하는 OC-TCDQ 점수와 강박증상을 측정하는 OCI-R 점수의 부분상관계수를 산출한 결과, 불안전감 차원은 위험회피 차원보다 확인행동(.38>.30), 청결행동(.33>.21), 수집행동(.20>.14), 정렬행동(.51>.25)과 더 높은 상관을 보였다. 이에 반해, 위험회피 차원은 불안전감 차원보다 강박사고(.33>.27)와 더 높은 상관을 보였다. 이러한 선행연구에 근거하여, 본 연구에서는 강박증상 중에서 강박사고를 제외하였고, 불안전감과 강박행동의 관계를 탐색하였다. 더 나아가서, 본 연구에서는 불안전감과 강박행동의 관계를 체험회피가 매개한다는 연구모형을 수립했는데 그 까닭은 다음과 같다.

체험회피(experiential avoidance)는 심리적 경험에 기꺼이 접촉하지 않으려는 태도와 불쾌한 경험으로부터 벗어나려는 시도를 의미한다(유성진, 2010; Ciarrochi & Bailey, 2008; Hayes,

Strosahl, & Wilson, 1999). 체험회피의 병인론적 역할을 강조한 Eifert와 Forsyth(2005)에 따르면, 불안장애의 핵심은 모든 방법을 동원해서 불쾌한 경험에서 벗어나려는 필사적인 체험회피이다. 사실상, 체험회피는 심리장애의 주요 기제이다. 체험회피는 불쾌한 경험을 적어도 일시적으로는 감소시키기 때문에 부적으로 강화된다. 그 결과, 불안장애 환자는 체험회피가 유용하다는 그릇된 믿음을 형성하게 되고, 부적절한 통제시도에 몰두하게 된다(Mowrer, 1950; Wells, 1997; Wells & Carter, 1999). 하지만 체험회피가 불쾌한 경험을 오히려 증폭시키는 역설적 결과를 초래한다는 사실은 여러 선행연구에서 반복적으로 확인되었다(문주연, 이민규, 2015; 서장원, 권석만, 2015a, 2015b, 2016; 양경은, 박기환, 2014; 오영아, 정남운, 2011; 이정은, 조용래, 2007; 허재홍, 2008; Forsyth, Parker, & Finlay, 2003; Zettle, 2003; Zvolensky & Forsyth, 2002). 따라서 본 연구에서는 체험회피를 통해서 불안전감을 감소시키려는 노력이 오히려 강박행동에 몰두하게 이끄는 병리적 요인으로 작용한다는 가설을 수립하고 검증하였다.

유성진과 권석만(2013)은 “심리장애의 증상은 주관적 경험 및 그러한 경험을 통제하려는 시도의 조합”이라는 Bradley(2000)의 주장에 근거하여, 경험요소(위험회피)와 통제요소(체험회피)가 불안증상의 발현에 차별적인 역할을 한다는 가설을 검증한 바 있다. 여기서, 위험회피는 원격기여원인으로 작동하는 기질적 취약성이었고, 체험회피는 근접충분원인으로 기능하는 관계적 취약성이었다. 이것은 불안증상을 이해하고 치료하는 과정에서 경험요소와 통제요소를 모두 고려해야 한다는 점을 시사하는 결과였다(Barlow & Durand, 2004; Germer,

2005; Siegel, 2005; Strosahl, Hayes, Wilson, & Gifford, 2004). 다시 말해, 주관적인 불안경험 만으로는 불안장애의 본질을 충분히 설명할 수 없다. 강박장애의 증상에는 침투적 사고가 촉발하는 불안감과 불안전감뿐만 아니라 그러한 침투적 사고를 억제하고 중화하는 행동까지 포함된다. 즉, 강박증상은 불안전감이라는 경험요소 및 불안전감에서 벗어나려는 통제요소를 모두 고려할 때 온전하게 이해될 수 있다.

이를 확장하여, 본 연구에서는 강박증상의 경험요소를 반영하는 불안전감을 원격기여원인으로 상정하고 강박증상의 통제요소를 반영하는 체험회피를 근접충분원인으로 상정하여 연구모형과 경쟁모형을 구성하였다. 아울러, 횡단적으로 수집된 자료로는 선후관계를 명확하게 파악하기 어렵다는 방법론적 한계점을 감안하여, 4주의 간격을 두고 단기-중단적(short-term longitudinal)으로 자료를 수집하여 각 모형의 적합도를 구조방정식 분석으로 검증하였다. 첫째, 부분매개모형에는 불안전감이 체험회피의 매개를 통해서 강박증상에 영향을 미치는 간접경로 및 불안전감이 강박증상에 곧바로 영향을 미치는 직접경로를 모두 포함시켰다(그림 1 참조). 둘째, 완전매개모형에는 불안전감이 체험회피의 매개를 통해서 강박증상에 영향을 미치는 간접경로만 포함시켰다. 만일 완전매개모형의 적합도가 양호하다면, 체험회피의 병인론적 역할이 더 명확하게 입

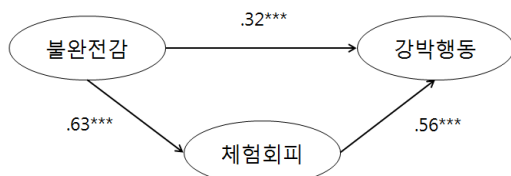


그림 1. 불안전감과 강박행동의 관계에서 체험회피의 부분매개모형 및 표준화 경로계수 추정치



그림 2. 불안전감과 강박행동의 관계에서 체험회피의 완전매개모형 및 표준화 경로계수 추정치



그림 3. 체험회피 및 강박행동에 대한 체험회피의 공통원인모형 및 표준화 경로계수 추정치

증될 것이다(그림 2 참조). 셋째, 다수의 모형이 양호한 적합도를 보일 가능성을 고려하여(Breckler, 1990), 경쟁모형으로 공통원인모형을 설정하고 적합도를 비교하였다. 공통원인모형에서는 불안전감이 체험회피 및 강박증상의 공통원인이고, 체험회피와 강박증상은 서로 무관하다고 가정하였다(그림 3 참조). 이것은 불안전감이 강박증상에 미치는 영향을 더 강조한 모형으로, 강박장애의 2차원 모형을 단순하게 반영한 것이다. 만일 공통원인모형의 적합도가 양호하다면, 체험회피의 병인론적 중요성은 감소될 것이다.

방 법

연구참여자

서울 소재 4년제 대학교에서 심리학 관련 강의의 수강하는 대학생 121명이 연구에 참여

하였다. 이 중에서 19명이 두 번째 시기의 측정에 응답하지 않아서, 최종적으로 102명의 자료를 분석하였다. 남자가 48명(47.1%)이었고 여자가 54명(52.9%)이었으며, 평균 연령은 22.39세(표준편차 2.01)였다.

측정도구

강박특질 핵심차원 질문지(Obsessive-Compulsive Trait Core Dimension Questionnaire: OC-TCDQ)

Summerfeldt 등(2001)이 강박장애의 2차원 모형에 근거하여 개발한 척도로서 불안전감 및 위험회피 차원을 측정한다. 한국판 OC-TCDQ는 이은호(2005)가 번안하였다. 불안전감을 측정하는 10개 문항과 위험회피를 측정하는 10개 문항으로 구성되어 있고, 각 문항을 5점 척도상에서 평정한다. 본 연구에서는 불안전감을 측정하는 문항만 사용하였다. 한국판 OC-TCDQ의 4주 간격 검사-재검사 신뢰도는 .78이었고, 내적 합치도 계수는 .94였다.

수용 행동 질문지(Acceptance and Action Questionnaire: AAQ)

Hayes, Strosahl, Wilson 등(2004)이 수용전념 치료 모형에 근거하여 개발한 척도로서 심리적 경험을 기꺼이 수용하는 정도를 측정한다. 한국판 AAQ는 문현미(2006)가 번안하였다. 총 16개 문항으로 구성되어 있고, 각 문항을 7점 척도상에서 평정한다. 총점이 높을수록 심리적 경험을 기꺼이 수용하지 못하는 체험회피 성향이 강함을 의미한다. 한국판 AAQ는 두 개의 하위요인으로 구분되며, 내적 합치도 계수는 .82로 보고되었다.

강박증상 질문지 단축형(Revised Obsessive Compulsive Inventory: OCI-R)

Foa, Huppert, Leiberg, Kitchic, Hajcak과 Salkovskis (2002)가 강박사고와 강박행동을 측정하기 위해 개발한 척도로서 총 18개의 문항으로 구성되어 있고, 각 문항을 5점 척도상에서 평정한다. OCI-R은 6개의 하위요인(확인행동, 청결행동, 정렬행동, 중화행동, 수집행동, 강박사고)을 3개씩의 문항으로 측정한다. OCI-R의 2주간격 검사-재검사 신뢰도는 .74~.91이었고, 내적 합치도 계수는 .81이었다. 본 연구에서는 이은호(2005)가 제시한 문항을 사용하였다.

자료분석

구조방정식 모형 검증에 앞서, 연구모형 및 경쟁모형에 포함된 잠재변인들에 대한 측정변인들을 구성하였다. 불안전감의 경우, 본 연구에서 산출된 한국판 OC-TCDQ의 내적 합치도 계수가 .80으로 양호하였기에, 10개의 문항을 반분하여 불안전감 잠재변인의 두 가지 측정변인으로 사용하였다. 체험회피의 경우, 본 연구에서 산출된 한국판 AAQ의 내적 합치도 계수가 .66으로 다소 미흡하였다. 따라서 문항-총점 상관관계수가 .20 미만인 4개 문항을 배제하여, 내적 합치도 계수를 .73으로 향상시켰다. 나머지 12개 문항으로 탐색적 요인분석을 실시한 결과, 2요인 구조가 적합한 것으로 판단되어 각 요인에 해당하는 문항들의 합산점수를 체험회피 잠재변인의 두 가지 측정변인으로 사용하였다. 강박행동의 경우, 한국판 OCI-R의 6개 하위요인 중에서 강박사고를 측정하는 3개의 문항을 제외하였을 때 .77의 내적 합치도 계수가 산출되었다. 나머지 15개 문항을 하위요인별로 합산하여 각각 확인행동,

청결행동, 정렬행동, 중화행동, 수집행동을 측정하는 다섯 가지 측정변인을 구성하였다. 본 연구에서는 4주 간격의 단기-중단적 자료를 수집하였으므로, 위험회피의 측정변인은 1차 시점에서 수집된 자료를 투입하였고, 체험회피 및 강박행동의 측정변인은 2차 시점에서 수집된 자료를 투입하였다. 수집된 자료는 SPSS 22.0 및 AMOS 18.0 프로그램을 사용하여 분석하였다.

결 과

본 연구에서 4주 간격으로 수집된 측정변인

들의 평균, 표준편차 및 상관계수를 표 1에 제시하였다. 불안전감(1차 시점)과 체험회피(2차 시점)의 측정변인들은 측정시점의 차이에도 불구하고 통계적으로 유의미한 상관을 보였다, $r=.46\sim.50$, 모두 $p<.001$. 불안전감(1차 시점)과 강박행동(2차 시점)의 측정변인들도 측정시점의 차이에도 불구하고 통계적으로 유의미한 상관을 보였다, $r=.58\sim.66$, 모두 $p<.001$. 동일한 시점에서 수집된 체험회피와 강박행동 측정변인들 역시 통계적으로 유의미한 상관을 보였다, $r=.50\sim.57$, 모두 $p<.001$. 또한 불안전감의 첫 번째 측정변인과 두 번째 측정변인 사이의 상관계수가 통계적으로 유의미하였고, $r=.85$, $p<.001$, 체험회피의 첫 번째

표 1. 측정변인들의 평균, 표준편차 및 상관계수

Variables	<i>m</i>	<i>SD</i>	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
(1) OC-TCDQ1	7.10	3.64								
(2) OC-TCDQ2	6.98	3.53	.85***							
(3) AAQ1	16.32	6.25	.50***	.49***						
(4) AAQ2	16.78	6.59	.49***	.46***	.65***					
(5) OCI-R1	4.86	2.27	.66***	.64***	.51***	.52***				
(6) OCI-R2	4.25	2.04	.62***	.65***	.53***	.55***	.76***			
(7) OCI-R3	3.93	1.89	.59***	.60***	.55***	.50***	.71***	.70***		
(8) OCI-R4	4.09	2.05	.61***	.58***	.57***	.52***	.69***	.66***	.68***	
(9) OCI-R5	3.89	1.74	.65***	.61***	.55***	.51***	.64***	.63***	.67***	.65***

주. OC-TCDQ1=불완전감의 첫 번째 측정변인(1차 시점);
 OC-TCDQ2=불완전감의 두 번째 측정변인(1차 시점);
 AAQ1=체험회피의 첫 번째 측정변인(2차 시점);
 AAQ2=체험회피의 두 번째 측정변인(2차 시점);
 OCI-R1=강박행동의 첫 번째 측정변인(확인행동; 2차 시점);
 OCI-R2=강박행동의 두 번째 측정변인(청결행동; 2차 시점);
 OCI-R3=강박행동의 세 번째 측정변인(정렬행동; 2차 시점);
 OCI-R4=강박행동의 네 번째 측정변인(중화행동; 2차 시점);
 OCI-R5=강박행동의 다섯 번째 측정변인(수집행동; 2차 시점).

*** $p<.001$

표 2. 연구모형과 경쟁모형의 적합도 지수

Model	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
부분매개모형	1.875	2	.998	.995	.018
완전매개모형	21.347	3	.726	.811	.276
공통원인모형	36.122	3	.646	.786	.296

주. TLI=Tucker-Lewis Index; CFI=Comparative Fit Index; RMSEA=Root Mean Square Error of Approximation.

측정변인과 두 번째 측정변인 사이의 상관계수도 통계적으로 유의미하였다, $r=.65$, $p<.001$. 강박행동의 다섯 가지 측정변인들 사이의 상관관계수 역시 모두 통계적으로 유의미하였다, $r=.63 \sim .76$, 모두 $p<.001$.

연구모형(부분매개모형)과 경쟁모형(완전매개모형, 공통원인모형)의 적합도를 구조방정식 분석으로 검증하고, 그 결과를 표 2에 요약하였다. 구조방정식 분석 결과, 불완전감(1차 시점)이 강박행동(2차 시점)의 발현에 직접적으로 영향을 미치는 직접경로 및 불완전감(1차 시점)이 체험회피(2차 시점)의 매개를 통해서 강박행동(2차 시점)의 발현에 간접적으로 영향을 미치는 간접경로가 모두 포함된 부분매개모형의 적합도가 우수한 것으로 밝혀졌다, $\chi^2(2, N=102)=1.875$, ms , TLI=.998, CFI=.995, RMSEA=.018. 이에 비해, 첫 번째 경쟁모형인 완전매개모형의 적합도는 미흡하였다, $\chi^2(3, N=102)=21.347$, $p<.001$, TLI=.726, CFI=.811, RMSEA=.276. 또한 두 번째 경쟁모형인 공통원인모형의 적합도 역시 미흡하였다, $\chi^2(3, N=102)=36.122$, $p<.001$, TLI=.646, CFI=.786, RMSEA=.296.

이어서, 부분매개모형과 완전매개모형이 등지관계(nested)에 있으므로, 두 모형 중에서 더 적합한 모형을 선택하기 위해서 χ^2 차이검증을 실시하였다. 그 결과, 부분매개모형과 완전

매개모형의 χ^2 차이가 통계적으로 유의미하였다, $\Delta\chi^2(1, N=102)=18.877$, $p<.001$. 따라서 부분매개모형의 적합도가 가장 우수한 것으로 확인되었다. 부분매개모형에서 추정된 직접효과와 간접효과를 비교한 결과, 불완전감(1차 시점)에서 강박행동(2차 시점)으로 이어지는 직접효과가 전체효과의 58.45%를 차지하였고, 불완전감(1차 시점)에서 체험회피(2차 시점)의 매개를 통해서 강박행동(2차 시점)으로 이어지는 간접효과가 전체효과의 41.55%를 차지하는 것으로 밝혀졌다. 이러한 결과를 종합할 때, 부분매개모형이 4주 간격을 두고 단기-중단적으로 수집된 자료와 가장 부합하며, 완전매개모형과 공통원인모형은 수집된 자료와 부합하지 않는 것으로 판단할 수 있었다.

논 의

본 연구에서는 강박장애의 2차원 모형(Summerfeldt, 2004)에 근거하여 불완전감과 강박행동의 관계를 경험적으로 검증하였다. 아울러, 경험요소와 통제요소를 모두 감안해야 한다는 2요소 모형(Bradley, 2000)을 바탕으로, 불완전감이라는 경험요소가 체험회피라는 통제요소의 매개를 통해서 강박행동의 발현에 영향을 미친다는 가설을 경험적으로 확인하였

다. 구조방정식 분석 결과, 부분매개모형의 적합도가 양호하였고, 완전매개모형 및 공통원인모형의 적합도는 미흡하였다.

단기-중단적으로 수집된 자료가 부분매개모형과 부합하였으므로, 현재 시점의 체험회피가 4주 전의 불안전감과 현재 시점의 강박행동을 부분적으로 매개하는 것으로 파악되었다. 이것은 불안전감이 강박행동에 곧바로 영향을 미치는 직접경로보다 불안전감이 체험회피의 매개를 통해서 강박행동에 영향을 미치는 간접경로가 더 강력함을 시사하는 결과였다. 특히, 현재 시점의 체험회피가 현재 시점의 강박행동에 유의미한 영향을 미친다는 것을 합의하였다. 따라서 불안전감과 강박행동의 관계 및 선행연구(유성진, 권석만, 2013; 이은호, 2005; 조용래, 2008; Summerfeldt, 2004; Frost & Steketee, 2002; Germer, 2005; Strosahl et al., 2004)에서 확인된 체험회피의 병인론적 역할이 반복검증된 것으로 이해할 수 있겠다. 또한 4주 간격에서 단기-중단적으로 수집된 자료이므로, 불안전감과 체험회피와 강박행동이 단순한 상관관계를 지니는 것이 아니라, 선후관계 혹은 인과관계를 지니는 것으로 해석할 수 있겠다.

본 연구의 결과는 강박행동의 이해에 불안전감 차원을 고려할 필요성 및 강박행동의 치료에서 체험회피를 감소시키는 것의 중요성을 시사한다. 앞서 언급했듯이, 강박스펙트럼은 강박성향과 충동성향을 연결하는 연속선으로 파악된다. 본 연구와 선행연구(Hollander, 1993; Koran, 1999)의 결과를 종합하면, 위협회피 차원에서 발생하는 강박증상은 강박성향에 더 근접하고, 불안전감 차원에서 발생하는 강박증상은 강박성향과 충동성향의 중간지점인 혼합성향에 더 근접하는 것으로 이해될 수 있

다(Frost, Steketee, & Tolin, 2012). 또한 Bradley (2000)의 관점에서, 불안전감은 강박장애의 경험요소에 해당하고 체험회피는 강박장애의 통제요소에 해당한다. 유성진(2013)은 위협회피가 체험회피의 매개를 통해서 강박행동을 유발한다는 가설을 경험적으로 검증한 바 있는데, 본 연구에서는 불안전감이 체험회피의 매개를 통해서 강박행동을 유발한다는 가설이 경험적으로 확인되었다. 결과적으로, 위협회피와 불안전감은 강박행동을 유발하는 원격기여원인으로 이해되고, 체험회피는 강박행동을 유발하는 근접충분원인으로 파악된다. 즉, 서로 다른 차원에서 유발되는 심리적 불편감을 회피하려는 시도인 체험회피가 강박행동을 초래하는 공통의 매개요인이 확인되었다. 그러나, 본 자료는 위협회피와 불안전감을 모두 포함하는 연구모형을 수립한 것이 아니라 각각의 독립적인 연구에서 얻어진 결과를 병렬한 것임을 유의해야 한다. 각각의 연구에서 공통의 매개변인으로 상정한 체험회피는 심리적 경험을 있는 그대로 수용하지 못하게 만들고(Hayes, Strosahl, & Wilson, 1999), 체험적 처리를 통한 반증의 기회를 사전에 차단하며(Siegel, 2005; Sloan, 2004), 자연스러운 경험을 견딜 수 없는 끔찍한 것으로 변질시키고(Eifert & Forsyth, 2005), 감당할 수 있는 심리적 고통을 감당할 수 없는 수준으로 증폭시키기 때문에(Germer, 2005) 역기능적이고 부적응적이다. 따라서 강박행동을 효과적으로 치료하기 위해서는 불안전감을 수용하고 체험회피를 중단하는 치료개입이 요망된다는 임상적 시사점을 도출할 수 있겠다.

본 연구를 통하여 전술한 결과와 치료적 시사점을 얻을 수 있었으나 몇 가지 제한점 및 추후연구에서 보완할 점이 있다. 첫째, 연구의

대상과 수효가 제한적이었다. 일반 대학생을 대상으로 적은 수의 자료를 수집했기 때문에, 본 연구의 결과를 일반화하기 어려운 측면이 있다. 추후연구에서는 실제로 강박행동에 몰두하는 임상집단을 대상으로 더 많은 자료를 확보하여 검증할 필요가 있다. 둘째, 강박장애의 2차원 모형을 온전하게 반영하지 못했다는 한계가 있다. 본 연구에서는 선행연구에서 상대적으로 간과되었던 불안전감 차원에 주목했지만, 위험회피 차원을 배제했기 때문에 완성된 모형이라고 간주할 수 없다. 따라서 본 연구의 결과는 2차원 모형의 타당성을 입증하는 것이 아니며, 불안전감과 강박행동의 관계를 체험회피가 매개한다는 가설을 검증한 것으로 해석되어야 한다. 셋째, 본 연구에서는 위험회피 차원은 기질적 요인이고 불안전감 차원은 정서적 요인이므로 동일한 수준에서 강박장애에 영향을 미친다고 가정할 수 없다는 주장을 반영하는 정교한 모형을 수립하지 못했다. 다만 본 연구에서 불안전감 차원의 중요성이 경험적으로 확인된 바, 추후연구에서는 위험회피 차원과 불안전감 차원의 상호관계를 반영하는 발전된 모형을 수립하여 검증할 필요가 있겠다. 넷째, 불안전감 차원은 강박장애를 비롯하여 강박스펙트럼에 해당하는 다양한 심리장애와 관련이 있으므로, 불안전감 차원이 각각의 심리장애와 구체적으로 어떤 상관관계 혹은 인과관계를 보이는지 추가적으로 탐색할 필요가 있다. 마지막으로, 본 연구에서는 자기보고형 질문지를 사용하여 측정변인을 산출했기 때문에 방법론적 제한점을 내포하고 있다. 연구참여자의 의식적 자기보고가 실제적 체험회피를 신뢰롭고 타당하게 반영하는지 주의를 기울여야 할 것이다.

참고문헌

- 문주연, 이민규 (2015). 탈중심화와 경험적 회피가 우울에 미치는 영향: 중단적 매개효과. 2015 한국심리학회 연차학술대회, 2015, 8, 228-228.
- 문현미 (2006). 심리적 수용 촉진 프로그램의 개발과 효과: 수용-전념 치료 모델을 중심으로. 가톨릭대학교 대학원 박사학위청구논문.
- 박태홍 (2015). 저장장애의 두 가지 유형. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 서장원, 권석만 (2015a). 고통 감내력과 심리장애: 경험적 연구 개관. 한국심리학회지: 일반, 34(2), 397-427.
- 서장원, 권석만 (2015b). 고통을 견디는 과정에 대한 이론적 고찰: 정동적 판단 모델의 개발. 한국심리학회지: 일반, 34(3), 641-666.
- 서장원, 권석만 (2016). 문제음주와 고통 감내력의 관계: 경험적 연구 개관. 한국심리학회지: 일반, 35(1), 143-166.
- 양경은, 박기환 (2014). 불확실성에 대한 인내력 부족과 정서조절곤란이 걱정에 미치는 영향: 경험적 회피의 매개효과. 한국심리학회지: 건강, 19(1), 187-201.
- 오영아, 정남운 (2011). 불확실성에 대한 인내력 부족과 걱정의 관계: 경험적 회피의 매개효과 검증. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(3), 671-691.
- 유성진 (2010). 불안증상의 발현에서 위험회피 기질과 체험회피 시도의 역할: 불안감내력 장애의 개념화. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 유성진 (2013). 강박사고와 강박행동의 발현에서 위험회피 기질과 체험회피 시도의 역

- 할. 인지행동치료, 13(3), 389-405.
- 유성진 (2016). 저장장애: 물건에 대한 강박적 집착. 서울: 학지사.
- 유성진, 권석만 (2013). 위험회피 기질과 불안 증상의 관계에서 체험회피 시도의 매개효과. *Korean Journal of Clinical Psychology* 32(1), 217-241.
- 이은호 (2005). 불완전감과 강박증상 및 성격요인의 관계. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 이정은, 조용래 (2007). 걱정에 대한 부정적 신념과 일반화된 불안증상 간의 관계에서 경험적 회피의 매개효과. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 26(4), 939-961.
- 조용래 (2008). 걱정의 통제 불능성/위험에 대한 부정적 신념과 시험불안의 관계: 경험회피의 매개역할. *Korean Journal of Clinical Psychology* 27(4), 891-909.
- 허재홍 (2008). 사회불안 발생과정에 자기효능감과 체험회피가 미치는 영향: 대학생 집단을 대상으로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(4), 1173-1189.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.
- Baer, L. (1994). Factor analysis of symptom subtypes of obsessive compulsive disorder and their relation to personality and tic disorders. *Journal of Clinical Psychiatry*, 55, 18-23.
- Barlow, D. H., & Durand, V. M. (2004). *Essentials of abnormal psychology* (4th ed.). NY: Wadsworth.
- Bradley, S. J. (2000). *Affect regulation and the development of psychopathology*. NY: The Guilford Press.
- Breckler, S. J. (1990). Applications of covariance structure modeling in psychology. *Psychological Bulletin*, 107, 260-273.
- Calamari, J. E., Wiegartz, P. S., & Janeck, A. S. (1999). Obsessive-compulsive disorder subgroups: A symptom clustering approach. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 113-125.
- Calamari, J. E., Wiegartz, P. S., Riemann, B. C., Cohen, R. J., Greer, A., Jacobi, D. M., Jahn, S. C., & Carmin, C. (2004). Obsessive-compulsive disorder subtypes: An attempted replication and extension of a symptom-based taxonomy. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 647-670.
- Ciarrochi, J. V., & Bailey, A. (2008). *A CBT practitioner's guide to ACT: How to bridge the gap between cognitive behavioral therapy and acceptance and commitment therapy*. CA: New Harbinger Publications.
- Coles, M. E., Frost, R. O., Heimberg, R. G., & Rhéaume, J. (2003). Not just right experiences: Perfectionism, obsessive-compulsive features and general psychopathology. *Behaviour Research and Therapy*, 41, 681-700.
- Eifert, G. H., & Forsyth, J. P. (2005). *Acceptance and commitment therapy for anxiety disorders*. CA: New Harbinger Publications.
- Foa, E. B., Huppert, J. D., Leiberg, S., Kichic, R., Hajcak, G., & Salkovskis, P. M. (2002). The Obsessive-Compulsive Inventory: Development and validation of a short version. *Psychological Assessment*, 14, 485-496.
- Forsyth, J. P., Parker, J., & Finlay, C. G. (2003). Anxiety sensitivity, controllability, and

- experiential avoidance and their relation to drug of choice and addiction severity in a residential sample of substance abusing veterans. *Addictive Behaviors*, 28, 851-870.
- Frost, R. O. & Steketee, G. (1998). Hoarding: Clinical aspects and treatment strategies. In M. A. Jenike, L. Baer, & W. F. Minichiello (Eds.), *Obsessive compulsive disorder: Practical management*. St. Louis, MO: Mosby.
- Frost, R. O. & Steketee, G. (2002). *Cognitive approaches to obsessions and compulsions: Theory, assessment, and treatment*. NY: Pergamon.
- Frost, R. O. & Steketee, G. (2010). *Stuff: Compulsive hoarding and the meaning of things*. NY: Mariner Books.
- Frost, R. O., Steketee, G., & Tolin, D. F. (2012). Diagnosis and assessment of hoarding disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 219-242.
- Germer, C. K. (2005). Anxiety disorders: Befriending fear. In C. K. Germer, R. D. Siegel, & P. R. Fulton (Eds.), *Mindfulness and psychotherapy* (pp. 152-172). NY: The Guilford Press.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change*. NY: The Guilford Press.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., Polusny, M. A., Dykstra, T. A., Batten, S. V., Bergan, J., Stewart, S. H., Zvolensky, M. J., Eifert, G. H., Bond, F. W., Forsyth, J. P., Karekla, M., & Mccurry, S. M. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The Psychological Record*, 54, 553-578.
- Hollander, E. (1993). *Obsessive-compulsive related disorders*. Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Koran, L. M. (1999). *Obsessive-compulsive and related disorders in adults: A comprehensive clinical guide*. NY: Cambridge University Press.
- Leckman, J. F., Walker, D. E., Goodman, W. K., Pauls, D. L., & Cohen, D. J. (1994). "Just right" perceptions associated with compulsive behavior in Tourette's syndrome. *American Journal of Psychiatry*, 151, 675-680.
- Miguel, E. C., Rosario-Capros, M. C., Prado, H. D., Valle, R., Rauch, S. L., Coffey, B. J., Baer, L., Savage, C. R., O'Sullivan, R. L., Jenike, M. A., & Leckman, J. F. (2000). Sensory phenomena in obsessive-compulsive disorder and Tourette's disorder. *Journal of Clinical Psychiatry*, 61, 150-156.
- Mowrer, O. H. (1950). *Learning theory and personality dynamics*. NY: Ronald.
- Oldham, J. M., Hollander, E., & Skodol, A. E. (1996). *Impulsivity and compulsivity*. Washington, DC: American Psychiatric Association Press.
- Pitman, R. K. (1987). A cybernetic model of obsessive-compulsive psychopathology. *Comprehensive Psychiatry*, 28, 334-343.
- Rachman, S. (1993). Obsessions, responsibility and guilt. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 149-154.
- Rachman, S. (1997). A cognitive theory of obsessions. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 311-314.
- Rachman, S. (1998). A cognitive theory of

- obsessions: Elaborations. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 385-401.
- Rachman, S. (2002). A cognitive theory of compulsive checking. *Behaviour Research and Therapy*, 40, 525-539.
- Rasmussen, S. A. & Eisen, J. A. (1992). The epidemiology and clinical features of obsessive compulsive disorder. *Psychiatric Clinics of North America*, 15, 743-758.
- Salkovskis, P. M. (1985). Obsessional-compulsive problems: A cognitive-behavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 23, 571-583.
- Salkovskis, P. M. (1996). The cognitive approach to anxiety: Threat beliefs, safety-seeking behavior, and the special case of health anxiety and obsessions. In P. M. Salkovskis (Eds.), *Frontiers of cognitive therapy* (pp. 48-74). NY: The Guilford Press.
- Salkovskis, P. M. (1999). Understanding and treating obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 37, S29-S52.
- Schwartz, J. M. (1996). *Brain lock: Free yourself from obsessive-compulsive behavior*. NY: Harper Collins.
- Schwartz, J. M. (1999). A role for volition and attention in the generation of new brain circuitry: Toward a neurobiology of mental force. *Journal of Consciousness Studies*, 6, 115-142.
- Siegel, R. D. (2005). Psychophysiological disorders: Embracing pain. In C. K. Germer, R. D. Siegel, & P. R. Fulton (Eds.), *Mindfulness and psychotherapy* (pp. 173-196). NY: The Guilford Press.
- Sloan, D. M. (2004). Emotion regulation in action: Emotional reactivity in experiential avoidance. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 1257-1270.
- Strosahl, K. D., Hayes, S. C., Wilson, K. G., & Gifford, E. V. (2004). An ACT primer: Core therapy processes, intervention strategies, and therapist competencies. In S. C. Hayes & K. D. Strosahl (Eds.), *A practical guide to acceptance and commitment therapy* (pp. 31-58). NY: Springer.
- Summerfeldt, L. J. (2004). Understanding and treating incompleteness in obsessive-compulsive disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 60, 1155-1168.
- Summerfeldt, L. J. (2007). Treating incompleteness, ordering, and arranging concerns. In M. M. Antony, C. Purdon, & L. J. Summerfeldt (Eds.), *Psychological treatment of obsessive-compulsive disorder: Fundamentals and beyond* (pp. 187-207). Washington, DC: American Psychological Association.
- Summerfeldt, L. J., Huta, V., & Swinson, R. P. (1998). Personality and obsessive-compulsive disorder. In R. P. Swinson, M. M. Antony, S. Rachman, & M. A. Richter (Eds.), *Obsessive-compulsive disorder: Theory, research, and treatment* (pp. 79-119). NY: The Guilford Press.
- Summerfeldt, L. J., Kloosterman, P. H., Antony, M. M., Richter, M. A., & Swinson, R. P. (2004). The relationship between miscellaneous symptoms and major symptom factors in obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 1453-1467.
- Summerfeldt, L. J., Richter, M. A., Antony, M. M., & Swinson, R. P. (1999). Symptom structure in obsessive-compulsive disorder: A

- confirmatory factor analytic study. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 297-311.
- Szechtman, H. & Woody, E. (2004). Obsessive-compulsive disorder as a disturbance of security motivation. *Psychological Review*, 111, 111-127.
- Tolin, D. F., Frost, R. O., & Steketee, G. (2014). *Buried in treasures: Help for compulsive acquiring, saving, and hoarding*. NY: Oxford University Press.
- Tolin, D. F., Kiehl, K. A., Worhunsky, P., Book, G. A., & Maltby, N. (2009). An exploratory study of the neural mechanisms of decision-making in compulsive hoarding. *Psychological Medicine*, 39, 313-323.
- Wells, A. (1997). *Cognitive therapy of anxiety disorders: A practice manual and conceptual guide*. NJ: John Wiley.
- Wells, A., & Carter, K. (1999). Preliminary tests of a cognitive model of generalized anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 585-594.
- Zettle, R. D. (2003). Acceptance and commitment therapy vs. systematic desensitization in treatment of mathematics anxiety. *The Psychological Record*, 53, 197-215.
- Zvolensky, M. J., & Forsyth, J. P. (2002). Anxiety sensitivity dimensions in the prediction of body vigilance and attentional-based coping strategies. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 449-460.
- 원고접수일 : 2018. 11. 01.
수정원고접수일 : 2018. 12. 20.
게재결정일 : 2018. 12. 21.

The Mediation Effect of Experiential Avoidance in the Relationship between Incompleteness and Obsessive-Compulsive Disorder

Seongjin Yoo

Hanyang Cyber University

Summerfeldt(2004) proposed that Obsessive-Compulsive Disorder(OCD) symptoms are provoked by two independent components: harm avoidance and incompleteness. Incompleteness means the troubling and irremediable sense that one's actions or experiences are not just right. Incompleteness appears to underlie many of the symptoms of OCD. In the present study, the author investigated the mediational effect of experiential avoidance in the relationship between incompleteness and compulsive behaviors. To evaluate the goodness-of-fit of the mediation models, short-term longitudinal data were collected from 102 undergraduate students and analyzed using structural equation modeling method. The results showed that experiential avoidance partially mediated the relationship between incompleteness and compulsive behaviors. This finding suggested that the sense of incompleteness influences compulsive behaviors indirectly as well as directly, through the mediation of experiential avoidance. Based on this finding, the author discussed the theoretical and practical implications of the present study. Finally, the limitations of this study and the suggestions for further research were discussed.

Key words : *incompleteness, experiential avoidance, compulsive behavior, Obsessive-Compulsive Disorder(OCD)*